



NYHEDSMAIL

Idræt i dagtimerne



Nyhedsmail fra IFA (Idræt for alle) 29. september
2022

[View this email in your
browser](#)

Opstart af hold i oktober



Volleyball



Trim din golfform



Morgengymnastik



Livsstilsholdet

Så er det snart oktober og det betyder, at Idræt i dagtimerne for alvor skyder indendørssæsonen i gang.

Nedenfor kan du se, hvilke hold der starter i oktober.

Indendørs morgengymnastik: Mandag den 3. oktober og onsdag den 5. oktober kl. 9.30-10.30, DGI-huset. Se film [her](#) og [her](#).

Pilates for mænd: Tirsdag den 4. oktober kl. 10.00-11.15, onsdag den 5. oktober kl. 9.00-10.15 og torsdag kl. 10.00-11.15, DGI-huset, hal 2C. Se film [her](#) og [her](#).

Livsstilsholdet: Tirsdag den 4. oktober kl. 9.45-11.15, DGI-huset, hal 3. Du kan læse mere i vores folder [her](#).

Volleyball: Onsdag den 5. oktober kl. 10.00-11.30, DGI-huset, hal 3

Trim din golfform: Fredag den 7. oktober kl. 9.30-11.00, Nørremarkshallen. Du kan læse mere i vores flyer [her](#).

Nu med vandgymnastik i

Petersminde



Er du vild med vandgymnastik? Så har du nu muligheden for at deltage i Idræt i dagtimernes nye tiltag ved svømning i Petersminde. Vores fantastiske instruktør Huda vil nu også tilbyde vandgymnastik hver tirsdag, så der både er mulighed for frisvømning og vandgymnastik.

Tid: Tirsdag kl. 10.45-11.45

Sted: Svømmehallen ved Petersmindeskolen

Gratis billetter til VM i kørestolsrugby



I uge 41 har vi en del aflysninger grundet VM i kørestolsrugby i DGI-huset, Vejle. Husk derfor at holde dig opdateret på aflysninger [her](#).

Idræt i dagtimerne har fået lov til at tilbyde alle vores medlemmer GRATIS billetter til udvalgte kampe, så I kan opleve stemningen til VM i kørestolsrugby. Du kan læse mere i invitationen [her](#).

Sindets dag 2022



Mandag den 10. oktober

Kom og vær med til Sindets dag. I år vil Farshad Kholghi komme og fortælle om sine oplevelser med angst og hvordan han lever med angsten som menneske, far og skuespiller.

Dørene åbnes kl. 18, hvor du kan besøge en masse foreningers stande.

Tid: Mandag den 10. oktober kl. 18.00- ca. 21.00

Sted: Auditoriet, Sundhedshus Vejle, Vestre Engvej 51, 7100

Pris: Gratis

Tilmelding: Kan ske til via linket [her](#).

Gratis gåture for alle

Se alle gåture for 4. kvartal [her](#).



Turene er ca. 5 km lange og vi går hver torsdag kl. 12.00 med forskellige startsteder og guider.

Aflysninger



HUSK du kan holde dig opdateret på vores aflysninger [her](#).



Facebook



Hjemmeside



Email

Idræt i dagtimerne

Sundhedshus Vejle, Vestre Engvej 51 F, 7100 Vejle

Kontortid: kl. 10-12, torsdag kl. 9-13

Tlf.: 75 72 05 11, Email: info@iidvejle.dk

Hjemmeside: www.iidvejle.dk

[unsubscribe from this list](#) [update subscription preferences](#)